



البرقر

25 SR	برجر ددليفت لحم	C = 34.73	P = 18.2	F = 13.15
CAL 335				
23 SR	برجر ددليفت دجاج	C = 24.37	P = 19.77	F = 10.53
CAL 274				
25 SR	برجر لحم روبيال	C = 0.5	P = 19	F = 14
CAL 206				
25 SR	برجر ستيك	C = 11	P = 19.5	F = 14.7
CAL 223				
22 SR	برجر دجاج كيتو	C = 1.5	P = 21	F = 8
CAL 164				

الساندوتش

21 SR	كاليفورنيا راب بالدجاج	C = 28.31	P = 17.69	F = 11
CAL 292				
19 SR	كاسادي بالدجاج	C = 35.3	P = 21.11	F = 9.2
CAL 306				

الباستا

31 SR	باستا فوسلبي	C = 47.7	P = 27.88	F = 12.5
CAL 426				
30 SR	باستا مع صلصة أربيتا	C = 41	P = 24.78	F = 7.5
CAL 330				
35 SR	بيني باستا	C = 49.6	P = 28.57	F = 13.25
CAL 438				
21 SR	معكرونة بكرات الجبن	C = 11.6	P = 14.95	F = 8.18
CAL 181				

+ 50 GM 50 GM

الخضروات

2 SR	خضروات مشوية	C = 6.27	P = 1.36	F = 1.78
CAL 46				



+ 50 GM 100 GM

الدجاج

6 SR	15 SR	دجاج البيستو
	CAL 164	C = 3.6 P = 25 F = 5.1
6 SR	15 SR	دجاج بالصماغ
	CAL 152	C = 2.2 P = 25 F = 4.1
6 SR	15 SR	دجاج برقال
	CAL 147	C = 0 P = 25 F = 3.8
7 SR	17 SR	دجاج تايلندي
	CAL 180	C = 10 P = 25 F = 4.7
7 SR	17 SR	دجاج صيني
	CAL 165	C = 6.1 P = 25 F = 4.5
7 SR	17 SR	ترি�اكى الدجاج
	CAL 152	C = 3 P = 25 F = 4.4
6 SR	16 SR	دجاج زبادي
	CAL 155	C = 3 P = 30 F = 2
6 SR	16 SR	دجاج بالجزر
	CAL 161	C = 5.7 P = 24 F = 3.3
6 SR	16 SR	دجاج صلصة مشروم
	CAL 159	C = 7.6 P = 24 F = 3.6
6 SR	16 SR	دجاج كاري
	CAL 164	C = 5.9 P = 24 F = 3.9
6 SR	16 SR	دجاج باربيكيو
	CAL 158	C = 7.1 P = 24 F = 3.7
6 SR	16 SR	دجاج امريكى
	CAL 157	C = 5.6 P = 24.5 F = 3.7
6 SR	15 SR	دجاج بروستد
	CAL 195	C = 12 P = 21 F = 6.7

+ 50 GM 100 GM

السمك

9 SR	20 SR	سمك بابريكا المشوي
	CAL 109	C = 0.28 P = 22.6 F = 1.18
13 SR	27 SR	سمك هامور
	CAL 123	C = 0.31 P = 25.53 F = 1.33
13 SR	32 SR	سلمون مشوى
	CAL 171	C = 0 P = 23.97 F = 7.56



+ 50 GM 100 GM

اللحم

10 SR	26 SR	منقوليان لحم
	CAL 145	C = 4.11 P = 20.1 F = 4.78
11 SR	28 SR	ستروجانوف لحم
	CAL 156	C = 5.87 P = 18.47 F = 5.91
9 SR	23 SR	كرات لحم
	CAL 156	C = 6.11 P = 20.78 F = 4.95
10 SR	22 SR	لحم كاري
	CAL 151	C = 5.11 P = 21.1 F = 4.78

+ 50 GM 100 GM

الأرز

2 SR	7 SR	رز برياني
	CAL 169	C = 28.77 P = 3.97 F = 4.1
2 SR	4 SR	رز بخاري
	CAL 171	C = 28.9 P = 4.2 F = 3.9
2 SR	5 SR	رز بالزعفران
	CAL 131	C = 27.9 P = 2.66 F = 0.3
2 SR	4 SR	رز أبيض
	CAL 129	C = 27.9 P = 266 F = 0.28
2 SR	5 SR	رز مكسيكي
	CAL 154	C = 28.6 P = 28.6 F = 2.48
2 SR	5 SR	رز شمندر
	CAL 168	C = 29.7 P = 4.6 F = 2.9
2 SR	5 SR	رز شعيرية
	CAL 175	C = 36.37 P = 3.81 F = 0.5

+ 50 GM 50 GM

البطاطس

3 SR	6 SR	بطاطا مهروسة
	CAL 50	C = 7.8 P = 1 F = 1.8
2 SR	5 SR	بطاطا بالفرن
	CAL 66	C = 10 P = 1.16 F = 2.5
2 SR	5 SR	بطاطس ويدجز
	CAL 60	C = 11 P = 1.21 F = 1.6
2 SR	7 SR	بطاطا حلوة
	CAL 38	C = 8.86 P = 0.69 F = 0.07



السلطات الخاصة

صغير كبير

13 SR **22 SR**

CAL 108 CAL 216

السلطة اليونانية

C = 8.76 P = 16.98 F = 12.56

14 SR **25 SR**

CAL 110 CAL 221

سلطة الكينوا مع الجبنة

C = 30 P = 71 F = 81

15 SR **29 SR**

CAL 128 CAL 256

سلطة الكينوا بالجوز

C = 50.5 P = 71 F = 4.4

18 SR **32 SR**

CAL 112 CAL 225

سلطة ددليفت الخاصة

C = 28 P = 7.2 F = 9

السوسات

2 SR

CAL 8

دقوس

C = 2 P = 1 F = 0.01

2 SR

CAL 20

نعناع

C = 2.5 P = 1 F = 0.5

2 SR

CAL 34

رانش سوس

C = 6.81 P = 0.02 F = 1

2 SR

CAL 50

الهني ماسترد سوس

C = 6.96 P = 0.15 F = 2.7

الحلويات

11 SR

CAL 215

تشيز كيك فراولة

C = 39.77 P = 5.39 F = 5.94

11 SR

CAL 230

كيكة شوكولاته

C = 42.74 P = 5 F = 5.29

12 SR

CAL 242

كيك التيراميسو

C = 33.29 P = 2.61 F = 11.54

16 SR

CAL 195

جرانولا (فراولة - توت أزرق - توت مشكل)

C = 30 P = 4 F = 3

المشروبات

1 SR

ماء

4 SR

بيبسي دايت

4 SR

سفن آب دايت